

楽しく体を動かそう！！

# からだづくり教室



## 土曜日開催

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 日 程 | 1/17 2/7.28 3/14.21 ※土曜日開催   |   |
| 場 所 | 研修室①or研修室②   |   |
| 料 金 | 一人一回600円   |   |
| 定 員 | 各クラス 15名<br>※当日9時～直接来館受付となります。(先着順)  |   |
| 時 間 | 幼児クラス 9:20～10:20   | 小学生クラス 10:40～11:40  |
| 対 象 | 年少・年中・年長   | 1～6年生   |
| 内 容 | 幼児期に大切な36の動きというものが<br>あります。遊びながら、36の動きを<br>経験し、動ける体を目指します。<br>できることを増やしましょう！ | 幼児クラスに比べ、より難度の高い動<br>きを取り入れます。ラダーやトランポ<br>リンなども使って体を作ります。<br>小学校の体育にも役立ちます！ |

☆幼少期に身につけたい36の基本動作☆

人間の基本的な動きを36種類に分類し、バランスよく身につけることを推奨している動きです。

体力の低下が問題視されている今、遊びながら体力の向上を目指したいと思います。

※当日は、裸足で実施します。飲み物、タオルもご持参ください。



### 指導担当者

阿部 友樹(あべゆうき) 宮前スポーツセンタースタッフ 幼児体育指導歴11年

楽しく遊びながら、動ける体を作りましょう！

遊びの中からお友達を大切にすること、ルールを守ること、  
協調性や社会性も身につけていただきたいと思います。



お問い合わせ 川崎市宮前スポーツセンター TEL044-976-6350